

Dopingaffäre

Die Spur führt zu Petacchi

AIGLE. Im Zuge der „Operation Aderlass“ stehen Alessandro Petacchi und drei weitere Radprofis im Verdacht, Kunden eines Blutdoping-Netzwerks um den Erfurter Sportarzt Mark S. gewesen zu sein. Nach Angaben des Welt-Radsport-Verbands wurden auf Grundlage von Informationen österreichischer Ermittlungsbehörden neben Petacchi und dem ebenfalls nicht mehr aktiven Borut Božič auch Kristijan Đurasek und Kristijan Koren suspendiert. Đurasek fährt derzeit im Team von UAE-Emirates bei der Kalifornien-Rundfahrt, Koren für Bahrain-Merida beim Giro d'Italia.

Nach Aufdeckung des Blutdoping-Skandals am 27. Februar mit Razzien in Erfurt und bei der Nordischen Ski-WM in Seefeld sind 15 Sportler bekanntgeworden, die in die Affäre verstrickt sein sollen. Dazu zählen die Radsportler Georg Preidler, Stefan Denifl Danilo Honda. Honda hat gestanden, bei Mark S. Blutdoping praktiziert zu haben. Hinzu kommen sieben Skilangläufer, zu denen auch Johannes Dürr zählt. (dpa)

Kompakt

Eishockey

Krueger wird Coach der Buffalo Sabres

BUFFALO. Der ehemalige Schweizer Eishockey-Nationaltrainer Ralph Krueger wird



Ralph Krueger

Foto: Karmann/dpa

Cheftrainer der Buffalo Sabres. Dies teilte das NHL-Team mit. Details wurden nicht genannt. Krueger soll die Sabres nach zuletzt acht vergeblichen Versuchen in Serie wieder in die Playoffs der NHL führen. (dpa)

Fußball

Videobeweis auch in der Zweiten Liga

OFFENBACH. Der Videobeweis wird nach der Bundesliga ab der kommenden Saison auch in der Zweiten Bundesliga zum Einsatz kommen. Dies haben die Vereine der Zweiten Liga am Mittwoch auf der Mitgliederversammlung der Deutschen Fußball-Liga in Offenbach beschlossen. (dpa)

Ex-Hammerwerferin

Silber mit sechs Jahren Verspätung

FRANKFURT. Ex-Hammerwerferin Betty Heidler erhält sieben Jahre nach den Olympischen



Betty Heidler

Foto: Karaba/dpa

Spielen 2012 in London nachträglich die Silbermedaille. Die heute 35-Jährige rückte vom dritten auf den zweiten Platz der London-Spiele vor, weil die damalige Siegerin Tatjana Lisenko aus Russland wegen Dopings disqualifiziert wurde. (dpa)

Rothenbaum-Tennisturnier

Kohlschreiber tritt in Hamburg an

HAMBURG. Davis-Cup-Spieler Philipp Kohlschreiber nimmt am Tennisturnier am Hamburger Rothenbaum teil. Ich freue mich riesig“, sagte der 35-Jährige mit Blick auf die 113. Auflage vom 20. bis 28. Juli. Für den Weltranglisten-56. wird es die 15. Teilnahmen bei diesem Sandplatz-Klassiker sein. (dpa)

Das Interview: Berend Breitenstein über dopingfreies Bodybuilding und die anstehende Meisterschaft

„Wenn du keine Anabolika nimmst, wirst du nie Mr. Hamburg“

Die Bodybuilding-Szene hat ein Image-Problem. Im Wettkampf werden immer extremere Ergebnisse präsentiert, die die Grenzen des Menschenmöglichen überschreiten und Gedanken an Doping provozieren. Doch Anabolika und Co. sind auch unter „Hobby-Pumpen“ ein wachsendes Problem. Berend Breitenstein, Gründer der German Natural Bodybuilding & Fitness Federation (GNBF), gehört zu den Sportlern, die das nicht mehr hinnehmen wollen. Der 54-Jährige setzt sich mit seinem Verein für einen sauberen Sport durch harte Doping-Kontrollen ein, wie er im Gespräch mit Katja Gallas erläutert. Am 18. Mai lässt die europäische Spitze des Natural Bodybuilding unter seinen Augen in der Weser-Ems Halle. Oldenburg die Muskeln tanzen.

Herr Breitenstein, Sie stehen kurz vor der 5. Internationalen Deutschen Natural Bodybuilding Meisterschaft der GNBF. Was erwartet die Besucher bei dem Wettkampf? Es werden über 200 Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus 28 Nationen in 21 Kategorien antreten. Das sind alles Athleten, die sich dem Natural Bodybuilding und Fitness verschrieben haben. Das heißt, sie werden sehr genau auf Doping getestet, sowohl anhand von Trainingskontrollen außerhalb des Wettkampfes als auch durch Wettkampfkontrollen.

Ist das der Punkt, an dem sich die Natural Bodybuilding Meisterschaft von anderen Bodybuilding-Wettkämpfen unterscheidet? Das kommt immer darauf an. Es gibt in Deutschland mittlerweile viele Verbände. Wir waren mit der GNBF der erste Natural Bodybuilding Verband und sind auch der größte. Mittlerweile wollen aber auch einige andere ein Stück vom Kuchen abhaben. Und daneben gibt es noch die Verbände, die sich nicht speziell Natural Bodybuilding auf die Fahne schreiben. Ich bitte um Verständnis, dass ich zu den Testmethoden der anderen nichts sagen möchte. Ich kann nur für die GNBF sprechen. Im Bereich Doping-Kontrollen sind wir der Vorreiter.

Was genau ist Natural Bodybuilding? Generell ist es eine Art, sein Dasein zu gestalten. Das heißt also back to the basics: sportliches Training, bewusste und bedarfsangepasste Ernährung, genügend Ruhephasen, mentale Übungen, positive Einstellung – das ist in der heutigen Zeit wichtiger denn je wegen der ständigen Reizüberflutung. Die Athleten, die wir auf der Bühne sehen,

haben darüber hinaus den Leistungsgedanken und treiben sich durch härtestes Training und disziplinierte Ernährung in die Wettkampfform hinein.

Warum braucht das Natural Bodybuilding so eine Lobby? Sollte das nicht die Normalform sein? Ich war selbst Wettkampfsportler und habe mit 14 Jahren an meinem ersten Wettkampf, bei Mr. Hamburg Junior, teilgenommen. Ich bin lifetime drug free, habe also noch nie etwas genommen. Nach dem Wettkampf hatte ich den Sport aber schon fast aufgegeben. Dort hieß es wörtlich von einem Kollegen: „Wenn du keine Anabolika nimmst, wirst du nie Mr. Hamburg Junior.“ Ich bin dann über Kontakte zu einem Natural Bodybuilding Weltverband in Amerika gekommen. Nach den ersten Profi-Wettkämpfen in den USA haben sie mich dann gefragt, ob ich einen deutschen Ableger gründen möchte. „Ok, das gibt's noch nicht in Deutschland, das ist eine wichtige Sache“, habe ich gedacht und zwei Jahre später, 2003, habe ich das Konzept nach Deutschland geholt.

Was leistet der GNBF für seine Mitglieder und ihren Sport? Es ist eine Gemeinschaft von Gleichgesinnten. Und wir haben aktuell roundabout 1000 Mitglieder, das ist eine schöne Sache. Wir haben uns sehr gut entwickelt. Wir verstärken außerdem immer weiter unsere Offseason-Trainingskontrollen. Das ist ein ganz wichtiger Punkt. Der Dopingtester, den wir beauftragt haben, der klingelt auch schon mal Sonntagabend beim Fernsehen.

Das ist ja schon ein Eingriff in die Privatsphäre ihrer Mitglieder. Wie reagieren die auf so einen Überraschungsbesuch? Gut. Sehr, sehr gut. Das wird großartig angenommen. Das ist eins der Kernstücke unserer Anti-Doping-Politik. Und natürlich machen wir eben auch Wettkampfkontrollen – Urintests, Bluttests und gegebenenfalls Haaranalysen.

Welche im Bodybuilding gängigen Substanzen sind beim Natural Bodybuilding verboten? Das fängt bei Hormonen an, wie Anabolika, Testosteron, Wachstumshormone. Dann geht es weiter über Stimulanzien, Amphetamine, über Entwässerungsmittel, sprich Diuretika, und Blutdoping. Da sind wir an die Liste der WADA angelehnt.

Sind einige dieser Substanzen bei klassischen Bodybuilding-Wettkämpfen erlaubt? Oder wird da schlicht anders, schlechter oder gar nicht kontrolliert? Offiziell ist das nirgendwo erlaubt. Aber wie gesagt, zu den Kontrollen der anderen Verbände möchte ich nichts sagen, weil ich mir schon oftmals die Finger daran



Berend Breitenstein, Gründer und Präsident der German Natural Bodybuilding & Fitness Federation, arbeitet mit seinem Verein für einen gesunden und sauberen Sport, in dem Doping keinen Platz hat. Foto: privat

verbrannt habe. Kein Kommentar.

Müssen Natural Bodybuilder komplett auf Ergänzungsmittel zur Steigerung des Trainingserfolgs verzichten? Nein. Ich bin selber ein großer Befürworter von Nahrungsergänzungsmitteln, wie zum Beispiel Aminosäuren oder Creatin, Multivitamine und Mineralstoffe. Dann gibt es noch Tribulus Terrestris, ein Pflanzenkraut, was den körpereigenen Testosteronspiegel erhöhen soll. Carnitin eignet sich für die Phase, wo man Fett abnehmen möchte. Das ist auch gerade für Frauen sehr gut geeignet. Alles das, was nicht auf der Dopingliste steht, kann eingenommen, muss aber sehr genau und gezielt in der jeweiligen Trainingsphase eingesetzt werden.

Es gibt immer wieder kritische Stimmen. Vorwürfe sind unter anderem, dass die Szene gar nicht so sauber sei, wie sie scheint, oder Tests umgangen werden können. Wie stehen Sie zu dieser Kritik? Ich kann nie eine hundertprozentige Garantie geben, dass bei uns nicht Menschen sind, die betrügen wollen. Doch wir arbeiten daran, diese möglichst mit unserem wirklich komplexen Doping-Kontroll-System rauszufiltern. Dafür haben wir ein Institut beauftragt – Global Quality Sports. Die Proben werden dann in einem WADA-akkreditierten Labor ausgewertet. Wenn wir von der GNBF und dem Testbeauftragten der GQS, Michael Jablonski, den Eindruck haben, dass jemand, der zum ersten Mal bei uns startet, eine sehr auffällige Körperentwicklung zeigt, also der eventuell eine extrem ausgeprägte Nackenmuskulatur hat oder geschwollene Brustdrüsen – alles mögliche Anzeichen auf Medikamentenmissbrauch – dann nehmen wir den zur Seite und testen ihn. Und das kommt auch bei den anderen Teilnehmern gut an. Wenn die sauber sind, freuen sie sich, dass sie getestet wurden und den Verdacht widerlegen konnten.

Zur Person

Der 54-jährige **Berend Breitenstein** ist Gründer und Präsident der German Natural Bodybuilding & Fitness Federation und setzt sich für ein dopingfreies Bodybuilding ein.

Breitenstein studierte Ernährungswissenschaften in Hamburg, veröffentlichte als Autor zahlreiche Bücher zu den Themen **Natural Bodybuilding, Ernährung und Fitness** und bietet verschiedene Coachings, online und in Hamburg, an.

Seinen größten Erfolg als **Wettkampf-Bodybuilder** erzielte er 2014 in der Slowakei. Bei den NBA World Championships, Masters über 50, belegte er den vierten Platz.

Draisaitl macht Drama zum Lustspiel

NHL-Star setzt bei der Eishockey-WM mit Tor zum 3:2-Sieg gegen Gastgeber Slowakei die Schlusspointe

KOSICE. Dank eines beeindruckenden Kraftakts und NHL-Topstar Leon Draisaitl hat Deutschlands Eishockey-Nationalteam den vorzeitigen Einzug ins WM-Viertelfinale so gut wie perfekt gemacht. Mit dem vierten Sieg im vierten Spiel beim 3:2 (0:0, 1:2, 2:0) am Mittwochabend gegen Gastgeber Slowakei ist der Auswahl des Deutschen Eishockey-Bundes (DEB) zudem die direkte Qualifikation für Olympia 2022 kaum mehr zu nehmen. 28 Sekunden vor dem Ende schoss Ausnahmestürmer Draisaitl das Siegtor. „Es fühlt sich großartig an, Teil dieser Mannschaft zu sein“, schwärmte der Angreifer.

Das Team von Bundestrainer Toni Söderholm behielt auch nach den drei Auftaktsiegen, ohne den verletzten Star-Torhüter Philipp Grubauer und nach einem Rückstand in der hitzigen Atmosphäre von Kosice die Nerven. Zuvor hatte Marc Michaelis (24. Minute) die Deutschen in Führung gebracht und Markus Eisenschmid (59.) nach einem 1:2 in der Schlussphase noch ausgeglichen. „Dass es mit vier Siegen in den ersten vier Spielen geklappt hat, ist schön, aber das Turnier ist noch nicht zu Ende“, meinte Verteidiger Yannick Seidenberg.

Der Erfolg wurde allerdings mit der Verletzung des bislang besten deutschen WM-Verteidigers Moritz Seider nach einem Bandencheck teuer bezahlt. „Das wäre jetzt ein bitterer Ausfall. Moritz hat wirklich super gespielt bisher“, sagte NHL-Verteidiger Korbinian Holzner.

Für die Slowakei waren Andrej Sekera (29.) und Libor Hudacek (30.) erfolgreich. Deutschland ist

damit auch weiter Tabellenführer der Vorrundengruppe A. Letzte theoretische Zweifel am Einzug in die K.-o.-Runde kann die DEB-Auswahl in den drei noch ausstehenden Vorrundenspielen gegen Kanada (Sonntag), die USA (Sonntag) und Finnland (Dienstag/alle Sport1 und DAZN) beseitigen. Sehr wahrscheinlich genügt aber schon die bisherige Punkteausbeute.

Möglicherweise kann in den nächsten Spielen gegen die Top-Nationen in Kosice auch NHL-Torhüter Grubauer wieder mitspielen. Der Stanley-Cup-Sieger musste wegen muskulärer Probleme gegen die Slowakei passen. Im bislang wichtigsten Vorrundenspiel kam daher wieder Mathias Niederberger von der Düsseldorfer EG zum Einsatz. Der 26-Jährige sah sich von Beginn an dem Druck der Slowaken ausgesetzt. Allerdings stand die deutsche Defensive gut und ließ unmittelbar vor dem Tor kaum etwas zu.

Hexenkessel in Kosice

„Ich erwarte, dass es von Anfang an laut sein wird. Da müssen wir einfach unsere Emotionen im Griff haben“, hatte Kapitän Moritz Müller vor der Partie gewarnt. Doch die deutsche Eishockey-Auswahl blieb in Kosice selbst nach dem zweiten Drittel ruhig, in dem die Slowaken die Führung durch US-Collegespieler Michaelis in Überzahl drehten und damit die Arena in einen Hexenkessel verwandelten. Im Schlussabschnitt schlugen Draisaitl und Eisenschmid noch einmal zurück und nahmen sich damit den Druck, nun weitere Siege gegen die Top-Teams einfahren zu müssen. (dpa)



Leon Draisaitl ist der Überflieger im deutschen Team. Der NHL-Star traf 28 Sekunden vor Schluss zum Sieg gegen die Slowakei. Foto: Skolimowska

Ergebnisse

Basketball

NBA, Playoff-Halbfinale (Best of 7): Golden State Warriors – Portland Trail Blazers 116:94 (Stand: 1:0).

Eishockey

NHL, Playoff-Halbfinale (Best of 7): Carolina Hurricanes – Boston Bruins 1:2 (Stand: 0:3).

Handball

Bundesliga: Die Eulen Ludwigshafen – TVB Stuttgart 23:23; GWD Minden – DHfK Leipzig 24:26; TBV Lemgo Lippe – SC Magdeburg 22:23.

Eishockey

Gruppe A		
USA - Großbritannien		6:3
Deutschland - Slowakei		3:2
1. Deutschland	4	12:5 12
2. USA	4	17:10 8
3. Finnland	3	9:6 7
4. Kanada	3	15:8 6
5. Dänemark	3	15:6 5
6. Slowakei	4	13:14 3
7. Frankreich	3	6:16 1
8. Großbritannien	4	4:26 0

Gruppe B		
Schweiz - Norwegen		4:1
Russland - Italien		10:0
1. Russland	4	23:2 12
2. Schweiz	4	20:2 12
3. Schweden	3	19:6 6
4. Tschechien	3	12:7 6
5. Lettland	3	9:5 6
6. Österreich	3	2:14 0
7. Norwegen	4	6:25 0
8. Italien	4	0:30 0